

Weekly Menu

10号館	10月6日(月)			10月7日(火)			10月8日(水)			10月9日(木)			10月10日(金)		
プレートライス	鶏唐揚げプレート	¥400		鶏唐揚げプレート	¥400		鶏唐揚げプレート	¥400		鶏唐揚げプレート	¥400		鶏唐揚げプレート	¥400	
	選べるソース	919 kcal		選べるソース	919 kcal		選べるソース	919 kcal		選べるソース	919 kcal		選べるソース	919 kcal	
	蛋白 37.8g 脂質 39.9g 塩分 3.6g			蛋白 37.8g 脂質 39.9g 塩分 3.6g			蛋白 37.8g 脂質 39.9g 塩分 3.6g			蛋白 37.8g 脂質 39.9g 塩分 3.6g			蛋白 37.8g 脂質 39.9g 塩分 3.6g		
CURRY	スエヒロカレー	¥360		スエヒロカレー	¥360		スエヒロカレー	¥360		スエヒロカレー	¥360		スエヒロカレー	¥360	
		646 kcal			646 kcal			646 kcal			646 kcal			646 kcal	
	蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g			蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g			蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g			蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g			蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		
中華彩菜 麺	醤油・味噌・塩	¥360		醤油・味噌・塩	¥360		醤油・味噌・塩	¥360		醤油・味噌・塩	¥360		醤油・味噌・塩	¥360	
	ラーメン	463 kcal		ラーメン	463 kcal		ラーメン	463 kcal		ラーメン	463 kcal		ラーメン	463 kcal	
	蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g			蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g			蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g			蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g			蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		

* HOT SNACK ¥150
ライス大盛¥50 / カレー大盛¥120/ 麺 大盛¥120

11号館															
定食A	ポークカツレツ	¥550		名古屋風味噌かつ	¥550		グリルドチキン	¥550		ササミカツ	¥550		若鶏のたれ焼き	¥550	
	ミラノ風	917 kcal			974 kcal		葱ソース	925 kcal		タルタルソース	870 kcal			859 kcal	
	蛋白 28.4g 脂質 40.1g 塩分 3.1g			蛋白 29.1g 脂質 32.7g 塩分 5.2g			蛋白 40.6g 脂質 35.4g 塩分 3.3g			蛋白 25.2g 脂質 27.9g 塩分 3.5g			蛋白 42.4g 脂質 30.3g 塩分 4.7g		
定食B	タンドリーチキン	¥550		若鶏の立田揚げ	¥550		ハンバーグ	¥550		中華野菜炒め	¥550		麻婆豆腐	¥550	
		539 kcal		和風あんかけ	855 kcal		オニオンソース	845 kcal			660 kcal			731 kcal	
	蛋白 33.3g 脂質 3.4g 塩分 2.8g			蛋白 33.0g 脂質 29.8g 塩分 2.9g			蛋白 28.5g 脂質 22.8g 塩分 4.3g			蛋白 18.3g 脂質 17.6g 塩分 4.2g			蛋白 26.5g 脂質 16.2g 塩分 4.3g		
週替わり定食	ミックスフライ	¥500		ミックスフライ	¥500		ミックスフライ	¥500		ミックスフライ	¥500		ミックスフライ	¥500	
		745 kcal			745 kcal			745 kcal			745 kcal			745 kcal	
	蛋白 20.7g 脂質 21.1g 塩分 3.0g			蛋白 20.7g 脂質 21.1g 塩分 3.0g			蛋白 20.7g 脂質 21.1g 塩分 3.0g			蛋白 20.7g 脂質 21.1g 塩分 3.0g			蛋白 20.7g 脂質 21.1g 塩分 3.0g		
アラカルト	特選カレー	¥390		特選カレー	¥390		特選カレー	¥390		特選カレー	¥390		特選カレー	¥390	
		660 kcal			660 kcal			660 kcal			660 kcal			660 kcal	
	蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g			蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g			蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g			蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g			蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g		
中華彩菜 麺	特選ラーメン	¥390		特選ラーメン	¥390		特選ラーメン	¥390		特選ラーメン	¥390		魚介だしつけ麺	¥420	
		452 kcal			452 kcal			452 kcal			452 kcal			718 kcal	
	蛋白 21.3g 脂質 11.1g 塩分 6.4g			蛋白 21.3g 脂質 11.1g 塩分 6.4g			蛋白 21.3g 脂質 11.1g 塩分 6.4g			蛋白 21.3g 脂質 11.1g 塩分 6.4g			蛋白 26.7g 脂質 21.9g 塩分 6.9g		
ミニ弁当	ミニ若鶏の照焼	¥330		ミニ白身魚のフライ	¥330		ミニ鶏ももの	¥330		ミニ豚焼肉弁当	¥330		ミニ鶏肉塩だれ	¥330	
	弁当	505 kcal		タルタルソース弁当	432 kcal		味噌漬焼弁当	506 kcal			650 kcal		弁当	527 kcal	
	蛋白 22.7g 脂質 16.6g 塩分 1.5g			蛋白 11.0g 脂質 12.0g 塩分 0.7g			蛋白 23.2g 脂質 17.1g 塩分 1.4g			蛋白 23.6g 脂質 23.1g 塩分 2.4g			蛋白 20.6g 脂質 14.4g 塩分 1.2g		

* 週替わり定食は 12:15 前後からの販売となります
ライス単品¥150 / 味噌汁¥50
定食ライス大盛¥50 / アラカルト・カレー 大盛¥120 / 麺 大盛¥120